

Neobvezni izbirni predmet ŠPORT5 – 5. razred – 1x tedensko/1 šol. ura za deklice in dečke:

TEKI: različne oblike lovljenja; šprinti; predaja štafetne palice;

SKOKI: preskoki različnih ovir v telovadnici in zunaj v naravi; skoki v višino in daljino ter troskoki; smučarski skoki v telovadnici.

ZADEVANJE TARČ: frizbi; met lahkih žogic v daljino; met vortexa;

CIRKUŠKE SPRETNOSTI: preskakovanje dveh kolebnic; vrtenje in preskakovanje kolebnic med tekom. Žongliranje z žogicami in manjšimi obroči; žongliranje z rutkami.

VZDRŽEVANJE RAVNOTEŽJA: delo na ravnotežnih deskah; na vozičkih;

AKROBATIKA: prevali naprej, nazaj, stoja na glavi in na rokah; premet v stran (kolo); premet v stran z obratom; vzklopka s čela; hoja po rokah,

ŠPORTNE IGRE: dvoranski hokej; med dvema ognjema; osnovne odbojkarske podaje; meti na koš; osnove rokomet; nogomet;

IGRE Z LOPARJI: speedminton in badminton ter namizni tenis.

ŽOGARIJE: elementarne štafetne igre in različni poligoni z žogami.

FITNES: vaje z boksarskimi vrečami in boksarskimi blazinami.

PLEZANJE: po plezalih v telovadnici in na zunanjem igrišču.

PRIPRAVE na občinska tekmovanja: Med dvema ognjema; badminton, namizni tenis in atletiko.